

٧. آكلة لحوم البقر

فاجأتني ابنتي ذات الثمانية عشر ربيعاً، منذ أسابيع عدة أنها قررت التوقف عن أكل المنتجات الحيوانية كافة ، و أنها تريد أن تصبح نباتية .و لما حاولت

الاستفسار متحلية بالصبر علي تقليعة جديدة من تقاليع ابنائي ، عن سبب هذا القرار الفريد ، ، فوجنت بها تحاول اقناعي بأن اتحول لنباتية مثلها، و بدأت

تحدثني بالمنطق الفصيح لهذا الجيل.

هي (: هل تعتقدين يا ماما أن الحيوانات التي نأكلها ، يتم تغذيتها تغذية سليمة؟)

-أنا؛ لا أستطيع انؤكد لك ان تغذية الدواجن و الطيور هي تغذية سليمة، لكن يفترض ان هناك رقابة مستمرة من الحكومات لضمان معايير الجودة و

السلامة علي الاعلاف و المراعي للدواجن و الابقار و المواشي(هي ؛) ان معايير الجودة هذه تضمن فقط أن الاعلاف صالحة

للاستخدام ، أي انها غالباً تحتوي علي ادني معايير الجودة و ليس أفضلها)

أنا؛ " قد أوافقك لحد ما فيما يخص الدجاج ، فأغلبنا يعرف أن الدجاج الابيض به كمية كبيرة من الهرمونات التي تعمل علي تغذيته بشكل سريع لينمو و يسرع بيعه)

(هي) :و الدجاج البلدي ، هل تضمنين أنه يأكل طعاما سليما ؟)
انا؛ هذا يرجع للأشخاص الذين يقومون بتربيته
(هي) اذن لا يمكن ان نتأكد من سلامته او سلامة اي طيور الا اذا شاهدنا بأنفسنا مكان تربيته و علي ماذا يتغذى !حتي لو اشترينا افخر انواع الدجاج ،

فكلما ازدادت شهرة الشركة المنتجة للدجاج ، كلما انهالت عليها طلبات الشراء و بالتالي عملت علي زيادة انتاج و تكبير الدجاج بشكل اكبر لتضمن الانتشار

الاوسع في السوق ، بغض النظر عن جودة الاغذية و الاعلاف المقدمة لها و بالتالي ستزيد كمية الهرمونات التي سيتم حقنها بها أنا و قد أصابني الذهول من منطقتها و بدأت اقاومها وان بدا علي بوادر الاستسلام) :لكن الابقار و المواشي لا يتم حقنها بالهرمونات يا عزيزتي، فيمكنك

اذن ان تتوقفي عن تناول الدجاج فقط)
(هي) :لا بد أن تجار المواشي و الابقار يتبعون نفس المبدأ للاسراع بتنمية العجول و تحقيق المزيد من الكسب . و لو سلمت معك ان الماشية و الابقار

تتغذى غذاءا سليما ، فقد أثبتت كل الدراسات ان تناول اللحوم الحمراء يضر اكثر ما يفيد(انا) اذن قللي من تناول اللحوم و لكن لا تمنعيها)

(هي) اوك، سأتناول اللحوم في عيد الاضحى و ما شابه فقط)
(انا) عزيزتي، جسمك يحتاج للبروتينات للنمو)

(هي) البروتينات موجودة في بدائل نباتية بنفس الفائدة و أكثر)
قلت و قد تعبت من الجدل معها؛ اذن ستوقفين عن تناول اللحوم و الدجاج!)

هي ، بابتسامة خبيثة) :و الحليب و البيض و منتجات اللحوم و
الدواجن كذلك)
أنا و قد غلبتني الدهشة (لن تشربي الحليب ، و لن تتناولي البيض او
الزبادي او منتجات الالبان !! سيصيبك نقص الكالسيوم و الفيتامينات
)

هي) أنا لا أريد أن أضع في بطني شئ لا أثق من نظافته)
أنا) : خلاص، توقفي عن الاكل تماما، فالنباتات التي تريدين اكلها ،
كلها ممتلئة بالمبيدات الزراعية)
هي) : أعرف، لكن هذه اخف الاضرار ، ثم أضافت باصرار سأتناول
كل ما ينبت من الارض فقط و ابتعد عن السمنة و الدهون الا بمقدار و
الحلويات كلها
شرقية و غربية)

لا أخفيكم الامر ، أعجبنى منطق ابنتي، و قلت بيني و بين نفسي، و
لماذا لا اجرّب أنا أيضا فكرة العودة للطبيعة ، فهي لن تتناول
كيماويات او ادوية او اي
مواد غريبة لجسمها و منها فرصة اتقرب فيها لابنتي لتشعر بأننا
يمكن ان نتقابل في نقطة ما لنتشارك وجبات الطعام و الاكلات الجديدة
سويا،

و في اليوم التالي، زففت اليها الخبر ،اني سأجرّب اتباع نفس النظام
الغذائي الذي تتبعه.
في الافطار اعدت لي ابنتي طبقا باهر الشكل به شوفان منقوع في قليل
من الماء و مغطى بشرائح الموز و التفاح و الفراولة المرتبة بعناية و
زين الطبق

برشة من القرفة لاضافة نكهة اضافية .تناولت الوجبة الاولى هذه و
قد ابهرني شكل الوجبة اكثر مما ابهرني طعمها ، فانا لم اعتد علي
تناول لا الشوفان و لا

الفواكه في وجبة الافطار .لكني عادة ما استمتع بساندويتش الجبنة
استمتعا لم اجدّه في هذا الطبق المتزوق بشدة امامي

و عندما حل موعد الغذاء قلت لها ، جهزي لنا الاكل بطريقتك فدخلت المطبخ و هي متحمسة و خرجت بعد ساعه (الاكل جاهز) فمتمت للسفرة ، فرأيت طبقا كبيرا جدا يتوسط طاولة الطعام، يكتظ بأشكال و الوان من الخضروات و البطاطس المسلوقة و الفلفل الملون وحببيبات تشبه البرغل ، فسألته (هذا

برغل؟) فقالت بثقة (لا هذا نبات الكينوا) حاولت اخفاء جهلي، و قررت ان اخوض التجربة للنهائية ، فنقلت بصري للطبق المجاور للسلطة ، فوجدته طبق

متوسط ، يكفي شخص واحد، من المكرونة بالطماطم ، فسألته ؛ أين باقي الاكل؟ ، هي : هذا كل شئ

انا؛ لكن هذه وجبة غير مشبعة ، سنجوع بعد سويعات قليلة قالت ؛ و ليكن ، عندما نجوع ، نأخذ وجبة جديدة ، هذا أفضل ان نأكل وجبات متعددة خلال اليوم بدلا من وجبة واحدة لا نستطيع ان نتحرك بعدها من

الكنبة)

استسلمت و جلست اكلت معها، و طبعا لم اشبع،، غالبا اكلت

المكرونة كلها حتي اشبع!

حان موعد العشاء، هيا يا عزيزتي جهزي العشاء ؛ قامت ابنتي بخفة، غابت في المطبخ و عادت بطبق من سلطة الفواكه، كدت اصرخ فيها ، طيب هاتي

زبادي ، سندوتش جنبه ، بيضة مسلوقة ! لكنني كتمت في نفسي و قلت كل شئ في بدايته صعب ، بكرة اتعود،

في اليوم التالي جلست انتظر وجبة افطار و احاول تخيل ماذا يمكن ان تعد لي هذه المرة، فأتت لي ابنتي بطبق به نصف رغيف من الخبز الشهي محشوا

بالفول و الطماطم و الخضرة ، فاستبشرت خيرا و التهمته و بعده كوبا من الشاي ثم توجهنا معا لاحد المراكز التجارية الكبرى للتسوق و مشينا حتى هلكنا

و لم تعد أقدامنا تقو علي حملنا، فقلت لها واكاد افقد الوعي من
الاعياء ، الم يحن موعد الغذاء؟ فوافقتني بسهولة و اتجهنا لاحد
المطاعم ، فسألتها
بحماس ؛ ماذا ستطلبين ؛ قالت ببساطه سلطة، قلت لها بكل غيظ :
فقط!!

هي :نعم وبدون اضافة اي لحوم او اسماك او اجبان عليها .قلت في
نفسي) انا ضعت ! (فقد كنت اشعر بالحاجة لتناول قطعه كبيرة من
الاستيك بالصوص
مع طبق من المكرونة الاسباجيتي باللحم المفروم مثلا ثم اتبعها بأحدى
أصناف الحلوى الشهية المشهورة في هذا المطعم.
هنا و في هذه اللحظة ادركت في قرارة نفسي انني لن أقو علي
الاستمرار لانني تربيت علي اللحمة و لن استطيع التوقف عن اكلها ،
مهما كان كلام ابنتي
صحيحا!

الا انني رفضت الاستسلام أمامها بهذه السرعة فقلت لها بصبر ،
مراعاة لمشاعرها فقط، "اوك اطلبي ما تريئه مناسباً"، و انتهيت من
الاكل في خمسة دقائق

ثم تحجبت ببعض الاشغال في المنزل لاعود سريعا و انقض علي قطع
من اللحم كنت اعدته مسبقا ، لاسند طولي، قبل ان يفتك بي الجوع
اكثر من ذلك !هنا أيقنت تماما ان علي ان اوقف هذه المهزلة و ان أكل
لحوم البقر و منتجاتهم اصبح في دمي و اني أدمنته خلال اربعين عاما
مضت وبالتالي فان هذا

التغيير الجذري في اسلوب الاكل قد أصبح صعبا للغاية و أيقنت انه
أفضل تصنيفي بأنني من " اكلة لحوم البقر "، و عن التوقف عن اكلهم
، و أنني لن

استطيع التنازل عنهم" ابدا مهما يكووون مهما يكون!

(مع الاعتذار لسميرة سعيد)